

# Nachbehandlungsplan - Humerus proximal (schultergelenksnaher Oberarmbruch)

## winkelstabile Plattenosteosynthese (Philos, Fa. Synthes)

### Präoperativ:

Anlage eines Arm-Immobilizer

### 1. und 2. postoperativer TAG

Ruhigstellung mittels Immobilizer  
Schmerztherapie  
Thromboseprophylaxe  
Entfernung der Redondrainage am  
1.-2. postoperativen Tag  
Röntgenkontrolle Schultergelenk  
mit Oberarm in 2 Ebenen nach  
Redonentfernung

#### **Physiotherapie:**

Isometrische Spannungsübungen  
Ellbogen- Unterarm und Finger-  
/Handgelenksbeweglichkeit

### 1. und 2. postoperative WOCHE

Ruhigstellung mittels Immobilizer  
Entfernung der Hautfäden am 12. – 14.  
postoperativer Tag

#### **Physiotherapie:**

Abnahme des Immobilizer zur  
Physiotherapie  
Beginn mit passiven und aktiv geführten  
Bewegungen (Abduktion bis 90°) bis zur  
Schmerzgrenze (auf  
Ausweichbewegungen achten)  
keine forcierte Rotation für 6 Wochen  
keine aktive Belastung  
Lymphdrainage

### Ab der 3. postoperativen Woche

Abnahme des Immobilizer

#### **Physiotherapie:**

Steigerung der Bewegungsausmaße für  
Abduktion, Innen-/Außenrotation  
Keine forcierte Rotation für 6 Wochen  
Stabilitäts-, Zentrierungsübungen

#### **Ab der 7. postoperativen Woche:**

Beginn mit aktiver Belastung  
Steigerung der Bewegungsausmaße

#### **Eigenes Üben**

Weiter intensive Physiotherapie: Ziel  
Verbesserung der Beweglichkeit,  
Steigerung der Kraft